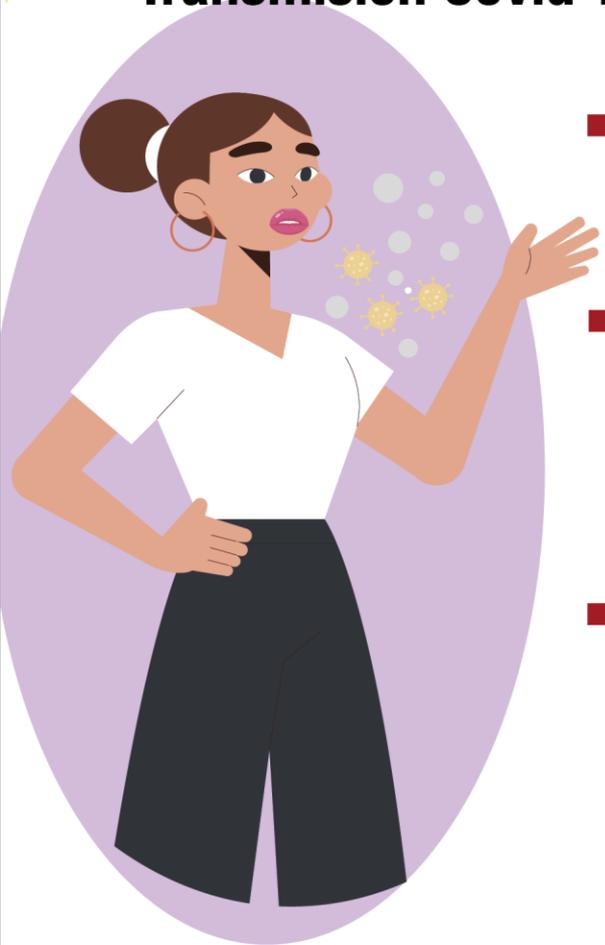


Transmisión Covid 19 por “aerosoles”



- Los estudios más recientes apuntan a la transmisión por el aire como la forma más importante de contagio del Sars-COV-2.
- Los aerosoles son partículas microscópicas que emitimos las personas sólo por respirar o hablar. Cuando se grita, tose, canta,..la emisión de aerosoles y gotículas será mucho mayor.
- Los aerosoles pueden contener virus (entre ellos el Covid-19) y permanecer suspendidas en el aire varias horas, de ahí la importancia de ventilar y adoptar otras medidas preventivas en espacios cerrados.

¿Cómo prevenir el contagio en interiores?

Reduciendo la emisión

- Limitando el número de personas
- Volúmen del habla bajo
- Actividad física relajada
- Mascarilla adecuada ajustada

Reduciendo la exposición

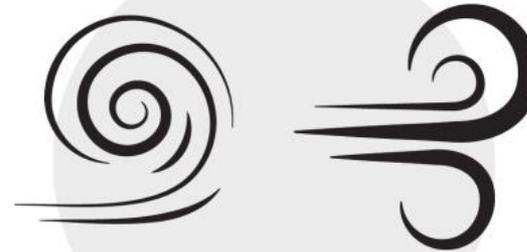
- Usando siempre mascarilla
- Reduciendo tiempo de exposición
- Manteniendo siempre la distancia
- Ventilando o purificando el aire



Ventilación - nuestra principal aliada



Abrir puertas y ventanas. Entrada y salida de aire natural



Ventilación óptima: 12,5 l/s y persona. Renovar todo el aire de la estancia 5 o 6 veces cada hora.

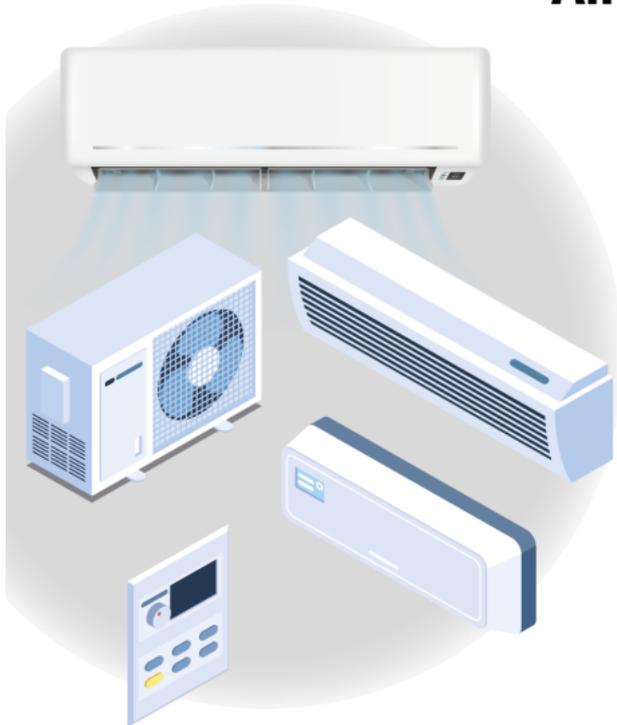


No recircular el aire.
No usar ventiladores.



Usar medidores de dióxido de carbono (CO2) para comprobar la calidad del aire.

Aire acondicionado



- Mejor si tienen toma de aire exterior.
- Comprobar la eficacia de los filtros y su estado. Y limpiarlos periódicamente.
- Mantener aperturas en puertas y ventanas sin cerrarlas totalmente.
- Recordar que la temperatura óptima en verano se sitúa entre 23° y 26° C.
- Adicionalmente se pueden instalar aparatos de filtración del aire.

